

Voor mijn liefste kinderen, de piepkleine Rosa, die op de wereld kwam in de maand dat ik met het schrijven van dit boek begon, en aan haar bedachtzame en liefdevolle grote broer Theo – de vriendelijkste *miniwokstar* die ik ooit heb ontmoet.

## OPMERKINGEN BIJ DE RECEPTUUR

- In de receptuur worden de volgende inhoudsmaten gebruikt:  
1 theelepel (tl) = 5 ml  
1 eetlepel (el) = 15 ml
- Gebruik middelgrote eieren en ongezouten boter, tenzij anders is aangegeven.

© 2022 Good Cook  
's-Gravelandseweg 8  
1211 BR Hilversum  
www.goodcook.nl

Oorspronkelijke uitgever: Hamlyn, a division of Octopus Publishing Group Ltd  
Oorspronkelijke titel: *Jeremy Pang's School of Wok*  
Tekst © 2022 Jeremy Pang  
Fotografie © 2022 Kris Kirkham  
Ontwerp © 2022 Octopus Publishing Group Ltd, Londen

Nederlandse vertaling: Marcella Rijntjes, voor Scribent.nl  
Culinaire redactie: Suzanne Stougie  
DTP en productie: Scribent.nl

ISBN 978 94 6143 278 0  
NUR 440, 442

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

# INHOUD

## INLEIDING: LEER, LACH & EET 6

Smaken balanceren kun je leren 9

De wokklok 10

De oorsprong van de wok 13

Warmtecirculatie & wok hei onder de knie krijgen 18

Stomen in een wok 20

Frituren in een wok 21

## CHINEES 22

## THAIS 62

## VIETNAMEES 90

## SINGAPOREES & MALEISISCH 114

## INDONESISCH & FILIPIJNS 138

## KOREAANS & JAPANS 158

## LEKKERE BIJGERECHTEN 182

## REGISTER 204

## DANKWOORD 208



# LEER, LACH & EET

Dit boek is een viering van alle overwinningen, groot of klein, die de *School of Wok*-familie - in het verleden, heden en in de toekomst - heeft behaald of zal behalen. *School of Wok* is onze kleine Aziatische kookschool, gevestigd in Covent Garden in Londen, die in de afgelopen jaren heeft kunnen uitgroeien en opbloeien omdat we hem gedeeld hebben met honderdduizenden enthousiaste leerlingen (en eters!). Misschien heb je onze online-videotutorials, grappige foodiebedenksels of kookspullen weleens gezien. Dit allereerste *School of Wok*-kookboek biedt een selectie van recepten om je op weg te helpen op jouw *School of Wok*-reis in eigen keuken.

Als je de kans ziet om ons een keer te bezoeken: onze school vormt het hart en de ziel waar alle magie plaatsvindt. Het is de plek waar we elkaar ontmoeten, waar we trainen en waar we leren. Het is een gezellige plek voor onze gasten en er hangt een vrolijke sfeer, die elke keer weer in de lessen aanwezig is. En nadat al het 'wokken en rocken' (dat is koken tenslotte) gedaan is, is het een prachtige ruimte om alle gerechten die we samen hebben gecreëerd op te peuzelen; een kans voor ons allemaal om even rustig te zitten, het eten te delen, wijn te drinken en gelukkig te zijn. Het ultieme doel van de *School of Wok* is om heel veel te leren, nog meer te lachen en de Aziatische eetervaring zoals die bedoeld is, te delen - als familie.

## HOE HET ALLEMAAL BEGON

*School of Wok* begon als een micro-organisatie (alleen ik) op een keerpunt in mijn leven, toen ik iets nodig had wat me op de been hield terwijl ik mijn volgende stap aan het onderzoeken was. De principes waar ik stevig aan vasthield toen ik de kookschool begon, betekenden veel meer voor me dan welke baan of welk carrièrepad dan ook. Wat ik, samen met mijn goede vriend en businesspartner Nev, heb geleerd in de afgelopen tien jaar, is dat het leven niet om zaken of werk moet of zou moeten draaien. Gezien de impact echter die de school op ons leven heeft gehad, was het lastig voor mij om *School of Wok* niet als een belangrijk lid van mijn familie te beschouwen.

Het was niet zo dat ik al op heel jonge leeftijd wist dat ik wokchef wilde worden, en ook was ik van nature geen lezer of schrijver (mijn vrouw noemt me een 'toevallige schrijver'). Deze dingen kwamen allemaal met de tijd, samen met een diepgewortelde toewijding om de wereld rond te reizen met mijn familie, iets wat ik geleerd heb van mijn ouders en al op zeer jonge leeftijd wist te waarderen. Het schrijven van recepten heeft zich door de jaren heen ontwikkeld als reactie op onze gasten, van wie we altijd dankbaar uitgebreide feedback ontvingen. Tussen mijn eerste lessen (chaotisch maar goedbedoeld) en onze huidige lessen (veel methodischer en meer gefinetuned) ligt een wereld van verschil. Dit is iets wat we stukje bij beetje hebben bereikt op basis van feedback, succes en heel veel 'Oké, dat werkte totaal niet, laten we iets anders proberen!' Dat is een geweldige benadering als het op koken, een



2-3 teentjes knoflook, fijngehakt  
1 cm gemberwortel, geschild en  
fijngehakt  
½ lente-uitje, fijngesnipperd  
plantaardige olie  
200 g brede platte  
tarwenoedels, tarwemie of  
sobanoedels  
flinke handvol gescheurde  
koriander

#### VOOR DE CHILIOLIE

2 el crispy chiliolie (o.a. toko) of  
chiu chow chiliolie  
1 el lichte sojasaus  
½ tl donkere sojasaus  
½ tl zwarte rijstazijn (Chinkiang,  
o.a. toko) of gewone rijstazijn  
1 tl geroosterde sesamzaadjes

## CHILIOLIENOEDELS

VOORBEREIDING: 5 MIN. | BEREIDING: 6 MIN. | VOOR 2 PERSONEN

Mijn vader vertelde me vroeger altijd verhalen over zijn jeugd in een vluchtelingenkamp in Hongkong. Voor hem kon een simpele kom rijst of noedels met slechts een of twee theelepels chiliolie omgetoverd worden tot een ware traktatie. Eenvoudige gerechten zoals dit worden volgens hetzelfde principe bereid en lenen zich uitstekend voor een snelle hap of een doordeweekse maaltijd zonder al te veel gedoe.

1. Meng de ingrediënten voor de chiliolie in een kom.
2. **Maak een wokklok:** begin op 12 uur met de knoflook en gember, daarna de lente-ui en als laatste de chiliolie.
3. Verhit 2 eetlepels plantaardige olie in een wok op middelhoog vuur. Voeg de knoflook en gember toe. Roerbak in 30 tot 60 seconden geurig. Haal de wok van het vuur, voeg de lente-ui en chiliolie toe en roer goed.
4. Kook de tarwenoedels 4 tot 5 minuten (of volg de aanwijzingen op de verpakking), tot de noedels zacht zijn. Laat uitlekken in een vergiet en kiep de noedels in een grote kom.
5. Giet het chilioliemengsel over de noedels en bestrooi met de koriander. Meng goed tot alle noedels volledig bedekt zijn met saus. Verdeel over de kommen en serveer.



# GROENE KIPCURRY

VOORBEREIDING: 10 MIN. | BEREIDING: 40 MIN. | VOOR 2 PERSONEN

3-4 el groene currypasta  
(zie pag. 66)  
200 g kipdijfilet, in grove blokjes  
400 ml kokosmelk uit blik  
2 limoenblaadjes (djeroek  
peroet, toko)  
3-4 Thaise aubergines,  
gehalveerd (toko), of 1 kleine  
aubergine, in stukjes  
4-5 babymaïskolfjes, in de lengte  
gehalveerd  
50 g sugarsnaps  
3 el vissaus, of naar smaak  
1 el palmsuiker (o.a. toko) of  
bruine basterdsuiker, of  
naar smaak  
plantaardige olie

**TER GARNERING**  
kleine handvol Thaise  
basilicumblaadjes  
ringetjes rode chilipeper

**De truc van een goede Thaise curry is een lekkere zelf-gemaakte currypasta en het geleidelijk aan toevoegen van de kokosmelk om een intensere smaak te creëren. Je kunt dit recept ook gebruiken voor een rode en gele kipcurry, gebruik dan simpelweg een andere kleur currypasta.**

- 1. Maak een wokklok:** begin op 12 uur met de groene currypasta, daarna de kipblokjes, kokosmelk, limoenblaadjes, aubergine, babymaïs, sugarsnaps en als laatste de vissaus en palmsuiker.
- 2. Verhit 1 tot 2 eetlepels plantaardige olie in een wok op middelhoog tot laag vuur en voeg de currypasta toe.** Roerbak de pasta in 4 tot 5 minuten geurig en aromatisch. Voeg de kip toe en schep door de currypasta. Blijf 2 tot 3 minuten roerbakken. Giet 4 tot 5 eetlepels van de kokosmelk over de kip en roer goed. Schraap met de spatel over de bodem van de wok om eventuele aanbaksels los te halen.
- 3. Breng aan de kook.** Giet de helft van de resterende kokosmelk erbij. Breng nogmaals aan de kook. Roer de curry door en giet de resterende kokosmelk erbij. Breng weer aan de kook en voeg de limoenblaadjes en aubergine toe. Zet het vuur lager en laat 20 minuten pruttelen.
- 4. Voeg de babymaïs toe en laat nog 3 minuten pruttelen.** Voeg dan de sugarsnaps toe en laat nog 2 tot 3 minuten koken. Breng op smaak met de vissaus en suiker. Gebruik de hoeveelheden hierboven als leidraad. Garneer met het Thaise basilicum en de rode chilipeper en serveer.





5 grote gedroogde rode chilipepers (o.a. toko)  
4 eendeneieren  
of 6 kippeneieren, op kamertemperatuur  
2 teentjes knoflook, fijngehakt  
plantaardige olie, om in te frituren

#### VOOR DE SAUS

3 el tamarindepasta  
2 tl palmsuiker (o.a. toko) of  
bruine basterdsuiker  
1½ el vissaus  
5 el heet water  
½ tl donkere sojasaus

#### TER GARNERING

2 el gebakken uitjes  
¼ tl chilivlokken of chilipoeder  
handvol korianderblaadjes

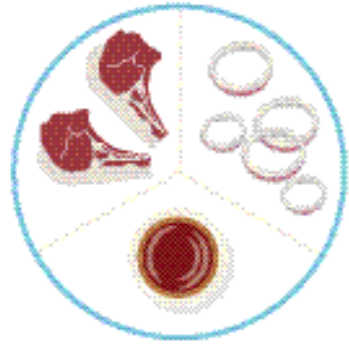
## SCHOONZOONEIEREN

VOORBEREIDING: 5 MIN. + WEKEN | BEREIDING: 12 MIN. | VOOR 2 PERSONEN

De verhalen over de oorsprong van dit gerecht (in Thailand bekend als *kai look kuey*) zijn eindeloos en gevarieerd. Mijn favoriete versie is dat het gerecht was gemaakt voor een schoonzoon als waarschuwing van een strenge Thaise schoonmoeder dat hij goed voor haar dochter moest zorgen anders zou ze zijn 'eieren' frituren. Denk van dit verhaal wat je wilt, maar weet in elk geval dat deze eieren overheerlijk zijn.

1. Week de gedroogde rode chilipepers 10 minuten in heet water. Laat uitlekken. Meng de ingrediënten voor de saus in een kleine kom en roer tot de suiker is opgelost.
2. Breng een kookpan met water aan de kook en leg de eieren voorzichtig in de pan. Kook de eendeneieren 6 minuten en de kippeneieren 5 minuten. Giet het hete water af en leg de eieren in ijskoud water om het kookproces te stoppen. Pel de eieren na 5 minuten afkoelen en dep droog met keukenpapier.
3. **Maak een wokklok:** begin op 12 uur met de gekookte eieren, daarna de knoflook, geweekte en uitgelekte rode chilipepers en als laatste de saus.
4. Verhit de plantaardige olie tot 180 °C en frituur de eieren 1 tot 2 minuten tot ze goudbruin zijn (zie pag. 21). Laat de eieren op een bord bekleed met keukenpapier uitlekken. Snijd ze doormidden en leg op een serveerbord.
5. Als je een wok hebt gebruikt voor het frituren, giet dan de olie voorzichtig in een hittebestendige kom om af te koelen. Verhit de wok met de olie die erin is achtergebleven op hoog vuur. Voeg de knoflook toe en roerbak 30 seconden. Voeg dan de geweekte rode chilipepers toe. Schroei de chilipepers 30 seconden en giet de saus in de wok. Breng flink aan de kook. Laat de saus 2 tot 3 minuten lekker pruttelen. Giet de pruttelende saus over de eieren. Garneer met de gebakken uitjes, de chilivlokken en de korianderblaadjes.





4 varkenskarbonades  
½ rode ui, in dunne ringen  
plantaardige olie  
gestoomde rijst, voor erbij

#### VOOR DE MARINADE

4 teentjes knoflook, fijngenhakt  
1 stengel citroengras,  
schoongemaakt en fijngenhakt  
½ tl Chinees vijfkruidenpoeder  
1 tl suiker  
½ tl zout  
½ el oestersaus  
1 el vissaus  
½ el lichte sojasaus

#### VOOR DE SAUS

2 el lichte sojasaus  
1 el oestersaus  
2 el tamarindepasta  
of sap van ½ limoen  
1 el honing  
3-4 el water

#### TER GARNERING

1 limoen, in partjes  
dunne ringen rode ui (optioneel)  
handvol korianderblaadjes  
(optioneel)

# GEGRILDE VARKENSKARBONADE

VOORBEREIDING: 10 MIN. | BEREIDING: 13 MIN. | VOOR 4 PERSONEN

Het was de eerste keer ooit dat ik onze cameraman Lee een stuk vlees zag afslaan, omdat hij liever even de koelte van een ijskoffiewinkel opzocht. Toch weet ik zeker dat zijn maag begint te knorren wanneer hij terugdenkt aan onze wandelingen over Vietnamese markten (en dan met name de onmiskenbare geur van varkensvlees dat gegrild wordt op emmers vol hete kolen). Dit gerecht vind je bij specialistische eetstalletjes, waar rond lunchtijd hele drommen hongerige kantoormedewerkers bij staan te wachten. Door de karbonades eerst plat te slaan, worden ze lekker mals en sappig, dus sla deze stap absoluut niet over.

1. Sla met de zijkant van een hakmes, mes of vleeshamer op de varkenskarbonades om het vlees lekker mals te maken en het oppervlak groot, zodat de marinade goed opgenomen kan worden. Doe de karbonades samen met de ingrediënten voor de marinade in een kom en masseer goed in het vlees. Meng de ingrediënten voor de saus in een aparte kom.
2. Verwarm de oven voor tot de hoogste grillstand. Leg de karbonades op een grillrooster of bakplaat en bak 4 tot 5 minuten aan elke kant. Haal de karbonades, wanneer ze aan beide kanten goed bruin zijn en voor circa 80 procent gaar, onder de grill vandaan en laat 5 minuten rusten.
3. **Maak een wokklok:** begin op 12 uur met de rode ui, daarna de saus en de gedeeltelijk gebakken karbonades.
4. Verhit 1 eetlepel plantaardige olie in een wok op hoog vuur. Voeg de rode ui toe en roerbak 30 tot 60 seconden. Giet zodra de olie gloeiend heet is, de saus erbij en breng flink aan de kook. Leg de karbonades in de saus zodra deze flink bubbelt en bedruip het vlees met de saus tot de karbonades goed bedekt zijn en er geen saus meer op de bodem van de wok over is. Serveer met gestoomde rijst, en garneer met de partjes limoen en eventueel rode ui en korianderblaadjes.





6 kippendijen, met huid en bot  
1 grote rode ui, fijngesnipperd  
2 cm gemberwortel, geschild en  
grofgehakt  
3 teentjes knoflook, grofgehakt  
200 g tomatenblokjes uit blik  
1 el plantaardige olie  
1 el boter  
handvol korianderblaadjes,  
ter garnering

#### HELE SPECERIJEN

3 rawits, ingeprikt met de punt  
van een mes  
1 stengel citroengras,  
schoongemaakt en gekneusd  
4 limoenblaadjes (djerोक  
peroet, toko; optioneel)  
1 kaneelstokje  
3-4 kruidnagels  
2 tl komijnzaadjes

#### GEMALEN SPECERIJEN

1 tl kurkumapoeder  
1/2 tl chilipoeder  
1 tl zout

#### VOOR DE BOUILLON

2 tl tomatenpuree  
150 ml kokosmelk  
100 ml kippenbouillon

#### VOOR ERBIJ

kokosrijst (zie pag. 187)  
1/2 komkommer, in plakjes  
2 el sambal, kant-en-klaar of  
zelfgemaakt (zie pag. 188)  
2 zachtgekookte eieren,  
gehalveerd  
handvol geroosterde pinda's

# NASI LEMAK

VOORBEREIDING: 30 MIN. | BEREIDING: 45 MIN. | VOOR 2 PERSONEN

Dit gemengde rijstgerecht bestaat uit verschillende onderdelen, dus ik raad je aan om het in het weekend te maken wanneer je wat meer tijd hebt. Kook een paar eieren extra bij het ontbijt, bewaar wat komkommer van je lunchsalade en maak de kokosrijst al eerder, zodat je je volledig kunt richten op de kipcurry voor dit epische familiefeestmaal. Ik adviseer sowieso altijd om te allen tijde sambal en pinda's in huis te hebben, en ook bij dit gerecht vormen ze een heerlijke aanvulling.

1. Halveer de kippendijen door ze met een hakmes doormidden te hakken, door het bot heen. Doe de hele specerijen in de ene kom en de gemalen specerijen in een andere kom. Meng de ingrediënten voor de bouillon in een kan.

2. **Maak een wokklok:** begin op 12 uur met de kippendijen, daarna de hele specerijen, rode ui, gember, knoflook, gemalen specerijen, tomatenblokjes en als laatste de kan bouillon.

3. Verhit de plantaardige olie en boter samen in een wok op hoog vuur. Leg de kip met de huid naar beneden in de wok. Schroeï in 3 tot 4 minuten bruin en krokant. Spatel door en roerbak nog 3 tot 4 minuten tot de kip volledig gaar is. Haal de kip uit de wok en zet apart.

4. Verlaag het vuur naar middelhoog en voeg de hele specerijen toe aan de wok. Roerbak 1 tot 2 minuten en voeg dan de rode ui, gember en knoflook toe. Roerbak 4 tot 5 minuten tot de ui steenrood is. Voeg dan de gemalen specerijen en de kip toe. Schep alle ingrediënten door elkaar tot de kip goed bedekt is. Zet het vuur hoog en schenk de tomatenblokjes erbij. Breng flink aan de kook. Roer de curry door en laat 10 minuten koken.

5. Giet de bouillon erbij en breng nogmaals flink aan de kook. Verlaag het vuur tot middelhoog en laat 20 minuten pruttelen. Als je de ingrediënten voor de bijgerechten nog niet voorbereid hebt, kun je dat nu doen. Serveer de kokosrijst met een flinke soeplepel curry, garneer met de koriander en serveer met de overige bijgerechten.





400 g entrecote, tegen de draad  
in in dunne plakken  
2 eieren  
plantaardige olie  
1/2 komkommer, in hapklare  
stukken  
1 tomaat, in hapklare stukken

#### VOOR DE MARINADE

4 teentjes knoflook,  
in dunne plakjes  
2 el rijstazijn  
2 el palmsuiker (o.a. toko)  
of bruine basterdsuiker  
1/2 el lichte sojasaus  
1/2 tl donkere sojasaus  
1/2 tl zwarte peper

#### VOOR DE KNOFLOOKRIJST

3 teentjes knoflook, fijngehakt  
1/2 tl kurkumapoeder  
150 g gekookte witte rijst,  
op kamertemperatuur  
zout en peper

## FILIPIJNSE TAPA

VOORBEREIDING: 15 MIN. + MARINEREN | BEREIDING: 10 MIN. |  
VOOR 2 PERSONEN

Een Filipijns ontbijt bevat meestal iets van gemarineerd gebakken vlees, geserveerd met knoflookrijst en een gebakken ei erop. Geloof het of niet, maar een ei bakken is een ware kunst. Het is namelijk nog niet zo eenvoudig om die perfecte druiperige dooier en krokante randjes te krijgen. Dit gerecht is van oorsprong vrij zoet, maar ik heb er een kleine twist aan gegeven om mijn naar hartig smachtende smaakpapillen tevreden te stellen. Een powerontbijt om je klaar te maken voor de dag.

1. Leg de plakken entrecote in een kom. Voeg de ingrediënten voor de marinade toe en masseer goed in het vlees. Laat 10 tot 15 minuten rusten.
2. **Maak een wokklok:** begin op 12 uur met de ingrediënten voor de knoflookrijst (begin met de knoflook, daarna de kurkuma, gekookte rijst, zout en peper), dan de eieren en als laatste de gemarineerde entrecote.
3. Verhit voor de knoflookrijst 1 eetlepel plantaardige olie in een wok op hoog vuur. Voeg de knoflook toe en roerbak 30 seconden en voeg dan de kurkuma toe. Voeg meteen de gekookte rijst toe en maak eventuele klontjes rijst met een lepel of spatel los. Roerbak 2 tot 3 minuten tot de rijst een gelijkmatige gele kleur heeft en de korrels goed los zijn. Breng op smaak met zout en peper en verdeel over 2 borden. Zorg ervoor dat je alle rijstkorrels uit de pan haalt.
4. Verhit nu 1 tot 2 eetlepels plantaardige olie in een wok op middelhoog vuur en bak 2 spiegeleieren, tot het eiwit gestold is. Leg de spiegeleieren boven op de rijst.
5. Veeg de wok even vlug schoon met keukenpapier. Zet terug op hoog vuur en verhit nog 1 tot 2 eetlepels plantaardige olie. Doe het gemarineerde vlees in de wok. Duw elk stukje 30 tot 60 seconden met een spatel in de olie en laat goed schroeien. Keer het vlees om en schroei de andere kant 30 tot 60 seconden. Roerbak ten slotte nog 1 minuut. Serveer met de gebakken rijst en komkommer- en tomatenstukjes.





# GESTOOMDE AUBERGINE MET SESAM

VOORBEREIDING: 5 MIN. | BEREIDING: 14 MIN. | VOOR 2 PERSONEN

2-3 aubergines, in repen  
van 2 cm dik

## VOOR DE DRESSING

3 teentjes knoflook, fijngehakt  
2 lente-uitjes, gehakt  
1 el lichte sojasaus  
1 tl vissaus  
1 tl gochugaru (Koreaanse  
chilivlokken) of andere  
chilivlokken  
2 tl sesamolie  
1 el geroosterde sesamzaadjes

Soms zijn bijgerechten en voorafjes zo lekker dat ik ze liever als hoofdgerecht serveer. Dit is daar een voorbeeld van. Perfect geschikt voor een snelle doordeweekse maaltijd met wat rijst erbij en misschien een gebakken eitje erbovenop.

1. Doe de repen aubergine in een grote, ondiepe, hittebestendige schaal. Zet ze in een stomer en stoom 8 tot 10 minuten (zie pag. 20). Meng de ingrediënten voor de dressing in een kom.
2. Verwijder het deksel wanneer de aubergine zacht en gaar is. Giet de dressing over de aubergine. Doe het deksel weer op de pan en stoom nog 3 tot 4 minuten. Serveer het gerecht.



# JAPCHAE

VOORBEREIDING: 20 MIN. + WEKEN | BEREIDING: 9 MIN. | VOOR 2 PERSONEN

150 g dangmyeon  
(zoete aardappelnoedels,  
o.a. toko)  
150 g ribeye of dunne biefstuk,  
in reepjes van 3 mm  
1 ei  
1 teentje knoflook, in dunne  
plakjes  
1 kleine rode ui, in ringen  
1 wortel, geschild en in julienne  
1/2 rode paprika, in dunne repen  
4 shiitakes, in dunne plakjes  
handvol spinazie  
plantaardige olie  
geroosterde sesamzaadjes,  
ter garnering

## VOOR DE MARINADE

1 teentje knoflook, fijngehakt  
1 el lichte sojasaus  
1 el mirin  
1/2 tl zwarte peper  
1 tl sesamololie

## VOOR DE SAUS

2 el lichte sojasaus  
1 tl palmsuiker (o.a. toko)  
of bruine basterdsuiker  
1 el oestersaus  
100 ml kippenbouillon  
1 tl sesamololie

Voor traditionele *japchae* (geroerbakte glasnoedels) wordt elk ingrediënt apart gebakken vanwege de verschillende baktijden van de ingrediënten, en aan het eind pas samengevoegd. Maar in dit recept kun je de wokklok het werk laten doen – door één ingrediënt per keer toe te voegen aan de wok weet je zeker dat ze allemaal de juiste baktijd hebben, voorkom je een hoop gedoe en het resultaat is net zo fantastisch!

1. Week de *dangmyeon* in 10 minuten in heet water (of volg de aanwijzingen op de verpakking). Laat de noedels uitlekken en spoel in koud water. Laat nogmaals uitlekken. Meng de ingrediënten voor de marinade in een kom. Voeg het vlees toe en masseer de marinade goed in het vlees. Meng de ingrediënten voor de saus in een kom.

2. **Maak een wokklok:** begin op 12 uur met het ei, daarna de knoflook, de rode ui, de wortel, de rode paprika, de shiitake, de spinazie, het gemarineerde vlees, de noedels en als laatste de saus.

3. Verhit 1 eetlepel plantaardige olie in een wok op middelhoog tot hoog vuur. Breek het ei in de wok zodra de olie gloeiend heet is en roer het ei voorzichtig. Breek de dooier pas wanneer het eiwit voor de helft gestold is, zodat je het eiwit en eigeel gescheiden kunt houden. Schuif het ei naar de zijkant van de wok. Voeg de knoflook en rode ui toe en roerbak 30 seconden. Voeg dan de wortel, rode paprika, shiitake en spinazie toe. Roerbak 30 seconden na toevoeging van elk nieuw ingrediënt. Doe het ei en de groenten in een kom.

4. Laat 1 eetlepel plantaardige olie in de wok op hoog vuur gloeiend heet worden. Roerbak het gemarineerde vlees 1 minuut. Doe het ei en de groenten terug in de wok, voeg de noedels toe en roerbak 1 minuut. Voeg de saus toe, breng flink aan de kook en roerbak 2 tot 3 minuten tot de noedels de saus volledig hebben opgenomen. Besprenkel met de geroosterde sesamzaadjes en serveer.

